



༡༡། །ཁ་འགྲུ་དགོན་གྱི་བཀའ་སླུང་དགོན་བསྟན་ཆེན་པོ་དོ་རྩེ་རྒྱལ་མཆན་གྱི་ དོ་སྟོན་ལྷག་བསྟུན།

དེ་ཡང་ཁ་འགྲུ་དགོན་གྱི་བཀའ་སླུང་དགོན་བསྟན་ཆེན་པོ་དོ་རྩེ་རྒྱལ་
མཆན་ནི་དང་ཐོག་འདི་ཡིས་དང་དེ་དུས་དམ་ལ་བཏགས་པ་རེད་ཅེས་
ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆ་ནི་མངལ་དུ་མེད་མོད། སྟོན་གྲུ་གན་ནམས་གྱི་ཞལ་
རྒྱན་དུ་གྲུ་རུ་རིན་པོ་ཆེས་དམ་ལ་བཏགས་ནས་ལུང་བཟང་བེར་བའི་
ལུང་པ་བཟང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་སྟོན་གསུངས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཞིག་
གསུང་སྟོས་སུ་འདུག་ཅེས་ཡསྟབས་རྩེ་ཡོངས་འཛིན་མཁན་ཆེན་ཁ་
འགྲུ་རིན་པོ་ཆེས་གསུངས་པ་བཞིན་གྲུ་རུ་རིན་པོ་ཆེས་བཀའ་བསྟོན་
གནང་བའི་དགོན་བསྟན་ཉིད་གཅིག་གི་གྲལ་ནས་གཅིག་ཡིན་པ་མཁན་
པོ་ཀར་མཐར་མཆོག་ནས་ཀྱང་གསུངས།

དེའི་རྩེས་སུ་ཡཁ་ལེགས་སྐྱེ་ཐེང་ལྷ་པ་ཐིན་ལས་ཉི་མ་རིན་པོ་ཆེའི་
དུས་སྐབས་སུ་ལུང་བཟང་ནས་ལུང་མདོ་ལྷགས་བཅའ་ལ་ཐེབས།
དེུས་ནས་ཡཁ་ལེགས་ཡསྟབས་མགོན་ཡར་རྒྱལ་དབང་ཀམ་པའི་ཞལ་

མངལ་ཏེ་ཚུར་ལོག་ཐེབས་པའི་སྐབས་སུ་ཁ་འགྲུ་དགོན་བསྟན་དམ་ལ་
 བཏགས་ནས་ཁ་འགྲུར་གདན་ཁུས་ཏེ་ཁ་འགྲུ་དགོན་གྱི་གནས་བདག་
 བཀའ་སྲུང་དུ་བསྐྱོས། དགོན་བསྟན་གྱི་གཏོར་བཟོ་ཞིག་ཀྱང་བཅུམས་
 གནང་བ་རེད། དེ་ནས་བཟུང་ཁ་འགྲུ་དགོན་དང་འབྲེལ་བ་བྱུང་ནས་
 བསྟན་གནང་བ་ཡིན།

ཕྱིས་སུ་ཡའཇམ་མགོན་འཇུ་མི་པམ་རིན་པོ་ཆེ་ཁ་འགྲུ་དགོན་གྱི་རི་
 ཁོད་དབེན་བདེ་མཆོག་པོ་བྲང་ལ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ཞིག་ཏུ། གྲ་
 ཚུང་མང་པོ་ཤུགས་པ་འཕུ་རུ་ཐེབས་སྐབས། རུ་ཤོག་གཟར་ས་ནས་
 དགོན་བསྟན་ཕྱག་གིས་གྲ་ཚུང་རེ་རེ་བཞིན་སྒྲོར་བར་གཟིགས་པས་འཇུ་
 མི་པམ་རང་གི་མཛོ་རྩི་ཁ་འགྲུ་དགོན་གྱི་གྲ་བན་ཀ་བ་དྭ་ར་ལ་གནས་བདག་
 གི་མཆོན་གང་ཡིན་ངེས་ཏེ་གྲ་ཀན་གྱི་རེ་འདོད་ལྟར་འདོད་གསོལ་ཞིག་
 བཅུམས་ནས་ཐུགས་བསྐྱེད་སྟོན་ལམ་རྒྱ་ཆེན་པོ་གནང་བ་རེད། དེ་ལ་
 བཏེན་ནས་ཕྱིས་སུ་འཇུ་མི་པམ་གྱི་བཤའ་རྒྱན་དང་ལྷན་པའི་བཤའ་གྲ་
 དང་སྒྲུབ་གྲ་སོགས་ཡག་པོ་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད།

དེ་རྗེས་བོད་ལ་དུས་གྱི་འགྲུར་བ་བྱུང་ནས་སྒྲ་གྲ་ནམས་མ་ཐེབས་

བའི་སྒོན་དུ། ཁ་དགོན་གྱ་གན་གྲོང་སྤང་ཆོས་ལྡན་གྱི་གཟིམས་ལམ་དུ་
 དགོ་བསྟེན་བྱང་ནས། ཁྱེད་ཆོས་སླ་མ་རྣམས་གདན་དྲངས་ལ་བློས་
 ཞིག། ཁ་རང་གནས་སྐབས་རྒྱ་ནག་ཏུ་སྒྲོད་དགོས་བྱུང་གསུངས་ནས།
 བུམ་པས་ཁྱས་བྲས་ནས་བྱིན་རྒྱབས་བྲས་པར་ཕྱིས་པས། རྒྱ་གར་དུ་
 བླ་གྲ་རྣམས་དབུ་ཐོན་བྱང་། ལྷ་བས་རྗེ་ཁ་འགྲུ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གྲང་
 རྒྱ་གར་དུ་ཞབས་སོར་བདེ་བར་འཁོད།

རྗེས་མར་ལྷ་བས་རྗེ་ཁ་འགྲུ་རིན་པོ་ཆེས་བལ་ཡུལ་སྟག་མོ་ལུས་
 སྒྱེན་དུ་བཞུགས་གྲ་བཞེངས་རྒྱ་དང་ཁ་འགྲུ་དགོན་པ་ཉམས་གསོ་གནང་
 རྒྱུ་འདི་དགོངས་གཞི་འཛོག་དུས་ལམ་སྟོངས་མི་འོང་བར་བརྟེན། བླ་མ་
 ཨ་དག་ལ་ཕྱི་ལམ་ཞིག་གཟིགས་རོགས་ཞེས་ཞུས། བླ་མ་ཨ་དག་
 གིས་ཁ་འགྲུ་དགོན་པ་ལ་གནས་བདག་ཞིག་ཡོད་པ་སྤར་མཁྱེན་གྱི་
 མེད། འོན་ཀྱང་། ཁ་འགྲུ་དགོན་ལ་སྤང་མ་ཞིག་ཡོད་པ། སྤང་མ་དེའི་
 རྒྱག་མཆོན་དང་བཅས་པ་ཞིན་ཏུ་གསལ་པོ་ཞིག་གསུངས་ནས་དུས་
 གྱི་དབང་གིས་སྤང་མ་རྣམས་ང་ཆོ་གང་དུ་འགྲོ་ན་ཡང་དེའི་རྗེས་སུ་
 འགྲོ་གི་ཡོད་པ་སོགས་གསུངས།

ཁོང་གི་གཟིམས་ལམ་མམ་ཉམས་སྒྲུང་ལ། རིན་པོ་ཆེ་རྒྱ་གར་དུ་
 སེབས་རྗེས་ང་ལ་གསོལ་ཀ་གསུངས་བ་ལྟ་ཅི། ཐུགས་ལ་བྲན་ཅམ་
 ཡང་མཛད་གྱི་མི་འདུག་ཅེས་སྟོན་མར་བསྟེན་པའི་བཀའ་སྒྲུང་རྣམས་
 ཐུགས་ཁྲིས་བ་ལྟ་བུ་འདུག་པས་གསོལ་ཁ་འདོན་དགོས་གྱི་འདུག་ཅེས་
 གསུངས། དེ་ནས་བཟུང་སྟོན་མར་ཡ་སྐབས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་དགེ་བསྟེན་
 དང་རྒྱལ་པོ་སྐུ་ལྔའི་གསོལ་ཀ་གསུངས་བ་བཞིན། དགེ་བསྟེན་གྱི་
 གསོལ་ཁ་དེ་འདོན་གནང་། སྐྱ་བྲ་རྣམས་ནས་དགེ་བསྟེན་དང་རྒྱལ་པོ་
 སྐུ་ལྔའི་གསོལ་ཀ་ཉིན་ལྟར་ཆག་མེད་གསུངས་པས། དེའི་རྗེས་སུ་ན་
 མོ་བྱུང་ལ་དགོན་པ་ཕྱག་བཏབ། དེ་བཞིན་སྐུ་རྩ་ཁྲ་སྤེལ་དགོན་པ་ཕྱག་
 བཏབ། དེ་འདྲ་གནང་དུས། རྒྱུན་ངན་བར་ཆད་འདྲ་པོ་ཞེ་བྲག་མ་ཡོང་
 བ་ལམ་སེང་ཕྱག་ལས་རྣམས་གཤམ་མེད་དུ་འགྲུབ་ཐུབ་པ་དཔེ་ཡག་
 པོ་བྱུང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དགེ་བསྟེན་གྱི་གཏོར་བསྟོ་དེ་འདོན་དགོས་
 གྱི་འདུག་དགོངས་ནས་དེ་ཚུན་ཆད་མ་ཆད་པ་འདོན་གནང་བ་ཡིན་
 ཅེས་ཡ་སྐབས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་གསུངས།

དེ་བཞིན་བོད་དུ་དུས་གྱི་འགྱུར་བས་སྟོ་ཁང་ཞིག་རལ་སོང་བ་རྣམས་

སྒྲུབ་གསལ་འོ་སྒྲུབ་སྒྲུབ། ལྷ་ཁང་གི་ཤིང་ཆ་རྣམས་གཙོད་པའི་རིང་གྲུབ་
སྒྲུབ་བྱས་ནས་བཞུགས་པས། དུལ་དེའི་མི་རྣམས་ཀྱིས། བྱེད་ཆོའི་
གྲུབ་འབྲམ་དུ་ལྷ་གཡག་ཁམས་གྲ་ཞིག་རྟག་པར་ཉལ་བ་དང་། གྲུབ་
བསྐྱོར་ནས་ངར་སྒྲུབ་བྱེད་པ་དང་། སྐྱོར་འགྲོས་སོགས་བྱེད་ཀྱི་འདུག་
ཟེར།

ཉིན་ཞིག་མི་རྣམས་ཀྱིས། དེ་རིང་བྱེད་ཆོ་གཟབ་གཟབ་གྱིས་མ་
གཏོགས། ལྷ་གཡག་དེས་ངར་སྒྲུབ་བྱས་པ་དང་། རྒྱ་གཉིས་ས་ལ་རྒྱུ་
ཅིང་འཕྲོ་ཆ་ཆེན་པོ་བྱེད་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཟེར། དེའི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཤིང་
གཙོད་ཟེན་པ་རྣམས་ཤིང་ཁྱེ་རྣམས་ཀྱིས་དགོན་དུ་སྤྱོད་ཞིང་ཡོད་ལ།
དེའི་ཉིན་ཤིང་ཁྱེ་གཙུག་ཤིང་གི་ལྷེད་ཆ་མ་སྟོམས་པར་གཞོགས་
གཡས་བཞུགས་ནས་ཡོ་སོང་། འོན་ཀྱང་ཡོ་བ་ཅམ་ལས་གཞོགས་
མང་པོ་མ་བརྒྱུས་པས། ཁ་ལོ་བ་དང་གྲ་སྒྲུབ་ལའང་སྒྲུབ་སྐྱོན་མ་བྱུང་།
དུལ་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཤིང་ཁྱེ་ཡོ་བ་མཐོང་ཞིང་། མ་ཆད་སྐྱོན་མར་མཐོང་
པའི་ལྷ་གཡག་ཁམས་གྲ་དེས་ཤིང་ཁྱེ་སྐྱོར་བས་བྱེད་རྣམས་སྐྱོབས་

སོང་ཟེར་གྱི་འདུག་ཅེས་མཁན་པོ་ཀར་མཐར་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ནས་

གསུངས།།

ཡ་ཤུབས་ཇེ་ཁ་འགྲ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ལ་ཁ་འགྲ་དགེ་བསྟན་གྱི་སྒོར་མཁན་པོ་ཤེས་རབ་ཕུན་
ཆོག་ནས་བཀའ་འདྲི་ཞུས་པའི་ལྷགས་ལན་མདོར་བསྡུས་ལས་ཁོ་བོས་ཉིན་ཤིང་སྟོན་ཤིན་
ཏུ་བསྡུས་ནས་སྟོང་བསྡུས་སུ་བྱས་པ་དེ་ཉིད། མཁན་པོ་ཀར་མཐར་གྱི་གསུང་རྒྱུན་སྒྲིལ་གྱི་བྱུང་
ཐོབ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་ལས་དོ་རྗེ་རྒྱལ་མཆོན་དང་འདྲུ་མི་པམ་འཇམ་དབྱངས་རྣམ་རྒྱལ་རྒྱ་
མཆོ་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་རྣམས་ཞིབ་བསྡུར་བགྱིས་ཏེ་ཟུར་དུ་སྦྱང་དགོས་པ་དག་ཁ་སྒོར་
ལྟ་བུས་ཟུར་བརྒྱན། དོགས་པའི་གནས་རྣམས་མཁན་པོ་མཆོག་ལ་བཀའ་འདྲི་ཞུས་ཏེ་གཏན་
ལ་པབ་ནས་ཕྱོགས་སྒྲིག་རྒྱག་བསྡུས་སུ་བྱས་པ་ཡིན་པས་རང་བཟོའི་དེ་མས་བསྐྱད་མེད་པ་
ལགས། དེས་མེད་ཆེ་མུང་འདྲིར་ཅི་ལའང་བསྡུས་བསྡུས་ལ་མོས་པའི་དུས་རབས་ཡིན་པས་
ཁ་འགྲ་བན་ཆུང་བའི་བ་ཐ་ཤལ་སྟོམ་ལས་པ་བསྟན་འཛིན་དཔལ་འབར་གྱིས་རྒྱག་བསྡུས་སུ་
བྱས་པའི་དགེ་བའི་ཆ་ཅུང་མཆིས་ན་དེ་ཡང་ཡ་ཤུབས་ཇེ་རིན་པོ་ཆེས་བརྩམས་པ་བཞིན། བྱང་
པར་འཛིག་ཉེན་ཀུན་ལ་ནད་མཆོན་དང་། །ཟུ་གའི་འཛིགས་པ་ཡོངས་སུ་ཞི་ནས་ཀྱང་། །ལུང་
དང་རྟོགས་པའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ། །འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་སྤྱིད་ལས་འགྱུར་པར་འཛོད། །
ཅེས་མཐུན་འགྱུར་སྤྱིན་བཅོལ་བཅས་རབ་གནས་ཤིང་འབྲུག་ལོའི་ཁྱམས་རྒྱའི་དཀར་ཕྱོགས་
རྩོགས་པ་དང་པོའི་ཆེས་ལ་བླ་ཏེ་བླའི་ཤི་ཨེར་བླ་ཏེན་སྟན་ཁང་(SMAH)དུ་སྦྱར་ཞིང་སྤེལ་
བ་དགེའོ།། [06.11.2024]



KHENCHEN THRANGU RINPOCHE

༡། །འབྲུ་དགོ་བསྟེན་གྱི་གསོལ་ཁ་བསྐྱེད་པ་བཀུགས་སོ།།

ཧྲིེ་གནས་གྱི་བདག་པོ་མཐུ་སྟོབས་རྩ་ལ་ཕྱེད་པ། །དགོ་བསྟེན་ཆེན་པོ་དེ་རྒྱལ་མཆོན་ཞེས། །
 རོར་བདག་ཚུལ་འཆང་དགེས་ལུམ་གྲུ་མོར་བཅས། །འདིར་བྱོན་གཙང་སྐྱར་གཏོར་མ་སྐྱེམས་
 ལུང་དང་། །བཅུ་ཆས་འདོད་ཡོན་སྤྱོད་ལུང་རྒྱ་མཆོས་མཆོད། །ཁྱེད་ཐུགས་དགེས་པ་རབ་རྒྱ་
 བསྐྱར་གྱུར་ནས། །རྒྱ་རྒྱ་བཞིན་མགོན་སྐྱབས་སྡོང་གྲོགས་ཀྱིས། །དབྱ་དང་ཉེར་འཛི་ཀུན་
 ལས་སྤྱད་བར་མཛོད། །རྩ་གཡལ་ཞེས་དགར་སྐྱེད་ཆེན་འཛིགས་རུང་དང་། །རྒྱ་སྤྱོད་ཞེས་པའི་
 གྲུབ་དུང་དགའ་པོ་སོགས། །སྤྱོད་ཆེན་རྒྱ་འབྲུལ་འདོད་དཔྱད་བསྐྱར་བ་ཡིས། །རང་གི་ཕྱོགས་
 སྤྱད་པ་རོལ་ཆོམས་ལ་འབེབས། །མཐུ་ཕྱེད་ཁྱེད་ལ་མཆོད་ཅིང་མཛོད་བསྟོར་ན། །སྐྱབ་བསྐྱད་
 བསྟེན་པ་སྤྱོད་ཆོས་སྡེ་འདིའི། །དགོ་འདུན་སྡེ་དང་འབྲུ་རོར་འབྲུར་པ་སྟེལ། །མཛོད་པར་མཐོ་
 བའི་དོན་ཀུན་འབྱུང་པར་མཛོད། །ཅེས་མི་ཡམ་པས་སོ། །ཁྱེད་པར་འཛིག་རྟེན་ཀུན་ལ་འདུན་མཆོན་
 དང་། །ལྷ་གའི་འཛིགས་པ་ཡོངས་སུ་ཞི་ནས་ཀྱང་། །ལུང་དང་རྟོགས་པའི་བསྟེན་པ་རིན་པོ་ཆེ། །
 འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་ཕྱིན་ལས་འབྱུང་པར་མཛོད། །ཅེས་པ་འདི་སྤྱིར་མི་ཡམ་འཛིག་དཔལ་དགེས་པ་རྒྱུན་
 རིང་བཀུགས་ནས་མཁས་འཇུག་སོགས་གསར་བརྒྱུ་དང་། །གནས་བདག་ལ་གསོལ་ཁ་ཕྱིན་བཅོལ་བྱིན་སྐབས་ཁྱེད་
 པར་ཅན་བཀའ་དྲིན་བསྐྱེད་མོད། །ཕྱག་མོ་ལུས་སྤྱོད་བཀའ་ཁྱིལ་ཡང་རྩེ་དགོ་འདུན་པ་ཡོངས་ནས་བསྐྱེད་པོར་ཆོགས་
 བཅད་འདི་སྤྱོད་ཆོས་འདི་ཆོས་ཀྱི་ཁྱེད་ལ་འབྲུ་སྐྱེད་མིང་པས་ལུམ་བཤམས།

(Signature)

• **THRANGU TASHI CHOLING**
 • **NAMO BUDDHA MEDITATION & EDUCATION CENTRE**
 • **TARA ABBEY NUNNERY**
 G. P. O. Box # 1287, Boudha
 Kathmandu, Nepal
 Tel : 447.0028 Fax : 447.0763
 Website: www.rinpoche.com
 E-mail : thrangurinpocche2002@yahoo.com

• **VAJRA VIDYA INSTITUTE**
 Sâ. 13/70-4-GA, 4 Khajoohe
 Sarnath-221007, Varanasi (U.P.) India
 Tel : 542. 2585 944, 2587 236
 Fax : 542. 2585 5463

• **THRANGU MONASTERY, CANADA**
 2505 Wallace Crescent,
 Vancouver, BC V6R 3V3 Canada
 Tel: 604.228.1168

• **THRANGU MONASTERY**
 (Kham-East Tibet)
 Jeiydi (Province of Qing Hai)
 815000, Tibet, P.O.C.
 Tel : 976. 823 390

• **VAJRA VIDYA RETREAT CENTRE COLORADO**
 P.O. Box 1083
 Crestone CO USA 81131
 Tel: 719.256.5539